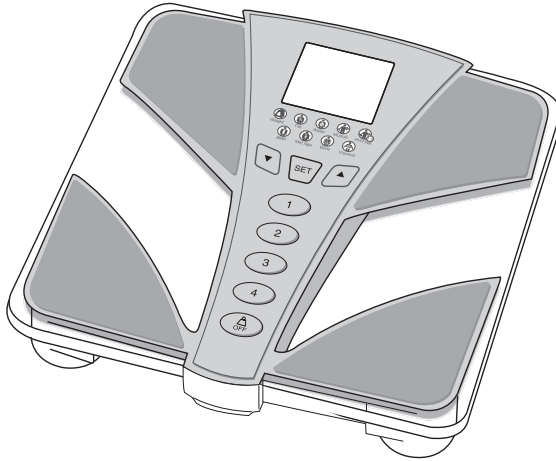


TANITA®

Monitoring Your Health

MANUAL

Body Composition Monitor



Model : BC-585F

GB

Instruction Manual

Read this Instruction Manual carefully and keep it for future reference.

F

Mode d'emploi

A lire attentivement et à garder en cas de besoin.

E

Manual de instrucciones

Lea detenidamente este manual de instrucciones y guárdelo para futura referencia.

P

Manual de instruções

Leia cuidadosamente este manual e guarde-o para futura referência.

GB Table of Contents

Introduction	1
Features and Functions	1
Preparations Before Use	2
Getting Accurate Readings	2
Automatic shut-down function	2
Switching the weight mode	3
Setting and storing personal data in memory	3
Taking body composition readings	4
Programming the guest mode	5
Taking weight measurement only	5
Troubleshooting	5

D Inhaltsverzeichnis

Einleitung	6
Merkmale und funktionen	6
Vorbereitungen vor gebrauch	7
So erhalten sie genaue messwerte	7
Automatic Shut-Down Function	7
Switching the Weight Mode	8
Einstellung und speichern persönlicher daten	8
Messung der körperzusammensetzung	9
Einprogrammieren des gastmodus	10
Nur-gewicht-fuktion	10
Fehlersuche	10

F Table des matières

Introduction	11
Caractéristiques	11
Avant utilisation	12
Comment obtenir des résultats exacts	12
Fonction d'arrêt automatique	12
Commutation du mode poids	13
Réglage et enregistrement des données personnelles en mémoire	13
Relevés de composition corporelle	14
Programmation du mode invité	15
Lecture du poids uniquement	15
Dépannage	15

NL Inhoudsopgave

Introductie	16
Eigenschappen en functies	16
Vorbereidingsmaatregelen	17
Afleen nauwkeurigheid	17
Automatische uitschakeling	17
Veranderen van gewichtseenheid	18
Persoonlijke gegevens instellen en opslaan in het geheugen	18
Lichaamsamentelling aflezen	19
Gaststand programmeren	20
Alleen gewicht bepalen	20
Foutopsporing	20

I Indice

Introduzione	21
Caratteristiche e funzionalità	21
Preparazioni prima dell'uso	22
Rilevamento di valori accurati	22
Funzione di spegnimento automatico	22
Commutazione della modalità di peso	23
Configurazione e memorizzazione di dati personali nella memoria	23
Effettuazione delle letture dalla composizione corporea	24
Gaststand programmeren	25
Misurazione del Solo-Peso	25
Risoluzione dei problemi	25

E Índice de materias

Introducción	26
Prestaciones y funciones	26
Preparaciones antes del uso	27
Cómo obtener lecturas exactas	27
Función de apagado automático	27
Cambiando el modo del peso	28
Introducción y almacenamiento de datos personales en la memoria	28
Cómo realizar las mediciones de composición corporal	29
Programación del modo de Invitado	30
Cómo obtener lecturas de peso solamente	30
Resolución de fallos	30

P Tabela de conteúdo

Introdução	31
Características e funções	31
Preparativos antes do uso	32
Obtendo leitura precisa	32
Função desligamento automático	32
Alterando a unidade de medida do Peso	33
Programar e armazenar dados pessoais na memória	33
Efectuar leituras de composição corporal	34
Programando modo Convidado	35
Somente a leitura do peso	35
Localizando defeitos	35

INTRODUCTION

Thank you for selecting a Tanita Body Composition Monitor. This monitor is one in a wide range of home healthcare products produced by Tanita. This Instruction Manual will guide you through the setup procedures and outline the key features. Please keep it handy for future reference. Additional information on healthy living can be found on our website www.tanita.com. Tanita products incorporate the latest clinical research and technological innovations. All data is monitored by our Tanita Medical Advisory Board to ensure accuracy.



Note: Read this Instruction Manual carefully and keep it handy for future reference.

⚠ Safety Precautions

Note that people with an electronic medical implant, such as a pacemaker, should not use a Body Composition Monitor as it passes a low-level electrical signal through the body, which may interfere with its operation. Pregnant women should use the weight function only. All other function are not intended for pregnant women. Do not place this monitor on slippery surfaces such as a wet floor. Recorded data may be lost if the monitor is used incorrectly or is exposed to electrical power surges. Tanita takes no responsibility for any kind of loss caused by the loss of recorded data. Tanita takes no responsibility for any kind of damage or loss caused by the monitor, or any kind of claim made by a third person.

Important Notes for Users

This Body fat monitor is intended for adults and children (ages 7-17) with inactive to moderately active lifestyles and adults with athletic body types.

Tanita defines “athlete” as a person involved in intense physical activity of approximately 10 hours per week and who has a resting heart rate of approximately 60 beats per minute or less. Tanita’s athlete definition includes “lifetime of fitness” individuals who have been fit for years but currently exercise less than 10 hours per week.

The body fat monitor function is not intended for pregnant women, professional athletes or bodybuilders.

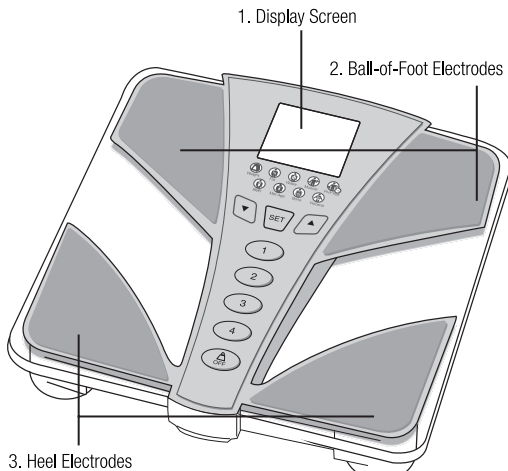
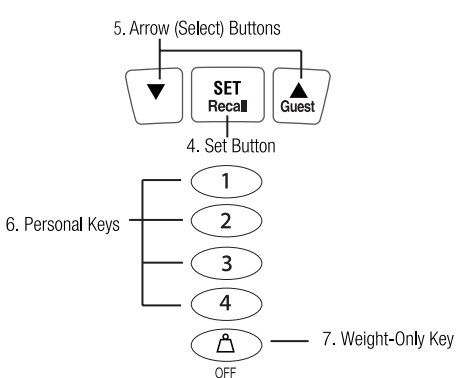
Recorded data may be lost if the unit is used incorrectly or is exposed to electrical power surges. Tanita takes no responsibility for any kind of loss caused by the loss of recorded data.

Tanita takes no responsibility for any kind of damage or loss caused by these units, or any kind of claim made by a third person.

Note: Body fat percentage estimates will vary with the amount of water in the body, and can be affected by dehydration or over-hydration due to such factors as alcohol consumption, menstruation, illness, intense exercise, etc.

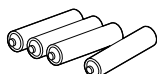
FEATURES AND FUNCTIONS

Measuring Platform

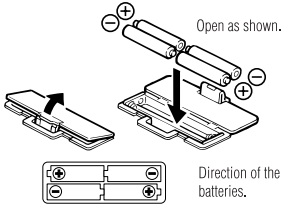


Accessories

8. AA-Size Batteries (4)



PREPARATIONS BEFORE USE



⚠ Inserting the Batteries

Open the battery cover on the back of the measuring platform. Insert the supplied AA-batteries as indicated.

Note: Be sure that the polarity of the batteries is set properly. If the batteries are incorrectly positioned the fluid may leak and damage floors. If you do not intend to use this unit for a long period of time, it is advisable to remove the batteries before storage.

Please note that the included batteries from factory may have decreased energy levels over time.

⚠ Positioning the Monitor

Place the measuring platform on a hard, flat surface where there is minimal vibration to ensure safe and accurate measurement.

Note: To avoid possible injury, do not step on the edge of the platform.



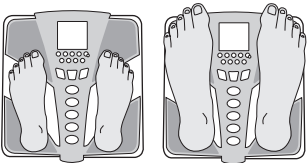
Handling Tips

This monitor is a precision instrument utilizing state-of-the-art technology.

To keep the unit in the best condition, follow these instructions carefully:

- Do not attempt to disassemble the measuring platform.
- Store the unit horizontally, and place it so that the buttons will not be pressed accidentally.
- Avoid excessive impact or vibration to the unit.
- Place the unit in an area free from direct sunlight, heating equipment, high humidity, or extreme temperature change.
- Never submerge in water. Use alcohol to clean the electrodes and glass cleaner (applied to a cloth first) to keep them shiny; avoid soaps.
- Do not step on the platform when wet.
- Do not drop any objects onto the platform.

GETTING ACCURATE READINGS



Heels centered on electrodes

Toes may overhang measuring platform

Note: An accurate reading will not be possible if the soles of your feet are not clean, or if your knees are bent or you are in a sitting position.

To ensure accuracy, readings should be taken without clothing and under consistent conditions of hydration. If you do not undress, always remove your socks or stockings, and be sure the soles of your feet are clean before stepping on the measuring platform.

Be sure that your heels are correctly aligned with the electrodes on the measuring platform. Don't worry if your feet appear too large for the unit accurate readings can still be obtained if your toes overhang the platform. It is best to take readings at the same time of day. Try to wait about three hours after rising, eating, or hard exercise before taking measurements.

While readings taken under other conditions may not have the same absolute values, they are accurate for determining the percentage of change as long as the readings are taken in a consistent manner. To monitor progress, compare weight and body fat percentage taken under the same conditions over a period of time.

AUTOMATIC SHUT-DOWN FUNCTION

The automatic shut-down function shuts off the power automatically in the following cases:

- If you interrupt the measurement process. The power will shut down automatically within 10 to 20 seconds.
- depending upon the type of operation.
- If an extreme weight is applied to the platform.
- During programming, if you do not touch any of the keys or buttons within 60 seconds.*
- After you have completed the measuring process.

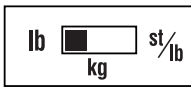
***Note:** If the power shuts off automatically, repeat the steps from "Setting and Storing Personal Data in Memory" (p.3).

SWITCHING THE WEIGHT MODE **Note:** For use only with models containing the weight mode switch

You can switch the unit indication by using the switch on the back of the scale as shown in the figure.

Note: If weight mode is set to pounds or stone-pounds, the height programming mode will be automatically set to feet and inches. Similarly, if kilograms is selected, height will be automatically set to centimetres.

lb (pounds)



kg (kilograms)



st-lb (stone pounds)



SETTING AND STORING PERSONAL DATA IN MEMORY

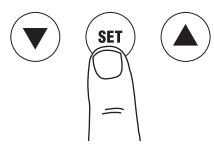
You will receive readings only if data has been programmed into one of the personal data memories or the Guest mode. The monitor can store personal details for up to 4 people.

1. Turn on the Power

Press the Set button to turn on the unit (once programmed, tapping a Personal Key turns on the unit.) The unit will beep to confirm activation, the Personal Key numbers (1,2,3,4) will be displayed, and the display will flash.

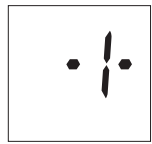
Note: If you don't operate the unit for sixty seconds after the unit has been turned on, the unit will turn off automatically.

Note: If you make a mistake or want to turn the unit off before you have finished programming it, press the Weight-Only Key () to force quit.



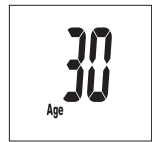
2. Select a Personal Key Number

Press the Up/Down buttons to select a Personal Key. Once you reach the Personal Key number you wish to use, press the Set button. The unit will beep once to confirm.





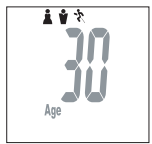
3. Set Age

The display defaults to Age 30 (range of user age is between 7-99). An arrow icon appears on the lower left side to indicate Age setting. Use the Up/Down buttons to scroll through numbers. When you reach your age, press the Set button. The unit will beep once to confirm.



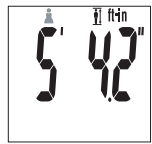
4. Select Female or Male

Use the Up/Down buttons to scroll through Female () or Male (), Female/Athlete and Male/Athlete settings, then press the Set button. The unit will beep once to confirm.



5. Specify the Height

The display defaults to 5' 7.0" (170cm) (range of user is from 3' 4.0"–7' 3.0" or 100cm – 220cm). Use the Up/Down buttons to specify Height and then press the Set button. The unit will beep once to confirm.



6. Select Activity Level

To use the DCI (Daily Calorie Intake) feature properly, you need to set the Activity Level. Use the Up button to specify Activity Level. Press the Set button to confirm.

Level 1 = Inactive lifestyles (little or no exercise)

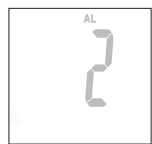
Level 2 = Moderately active lifestyles (occasional, low intensity exercise)

Level 3 = Adult involved in intense physical activity

(see p.1. for Tanita's definition of Athlete)

Note : If you select the Athlete Mode, it will automatically set the Activity Level to Level 3.

The unit will beep twice and the display will flash all data (Male/Female, Age, Height, Activity Level, etc.) three times to confirm the programming. The power will then shut down automatically.



TAKING BODY COMPOSITION READINGS

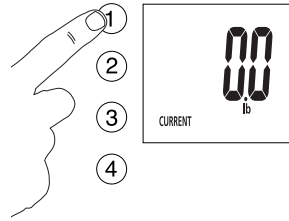
1. Select Personal Key and Step On

Press your pre-programmed Personal key.
(Release the key within 3 seconds or the display will show "Error".)
The unit will beep and the display will show the programmed date.

The unit will beep again and the display will show "0.0".

Now step onto the platform.

Note: If you step onto the platform before "0.0" appears the display will show "Error" and you will not obtain a reading. Furthermore, if you do not step onto the measuring platform within about 30 seconds after "0.0" appears, the power is shut-off automatically.



2. Get Your Readings: Auto Display Process

After the measurement is taken, readings will be automatically displayed in the order listed below.

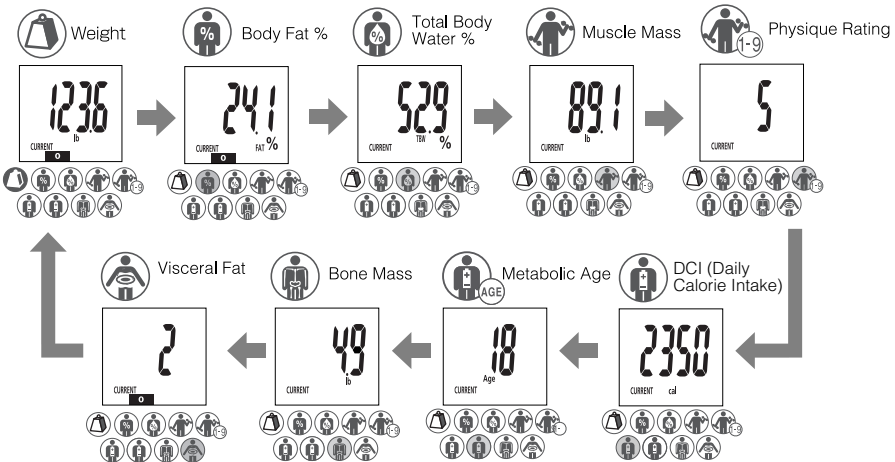
An icon will light up for each result reading being displayed.

After the last result reading is displayed, the weight reading will again appear, then the unit will automatically shut off. At anytime during and after the "Auto Display Process", the user may use the ▲/▼ buttons to scroll thru the different results.

For advanced scrolling, the user may press and hold ▲/▼ button.

Upon reading the desired readings, release the button to view the result, readings will appear for 30 seconds before the unit automatically shuts off.

Note: For children (age 7-17), the unit will only display the Weight and the Body Fat % (it will not display the Healthy Range Indicator).



3. Recall Function

To obtain previous reading press SET button while the readings are being displayed.

The following result of previous readings will be displayed by using the ▲/▼ buttons.

- Weight
- Body Fat %
- Total Body Water %
- Muscle Mass

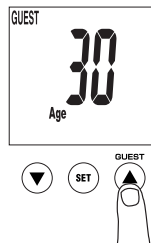
Press SET button again to go back to the current result display.

PROGRAMMING THE GUEST MODE

Guest mode allows you to program the unit for a one-time use without resetting a Personal data number.

Press ▲ button to activate the unit. Then follow the steps: Set Age, Select Female or Male, and Specify Height.

Note: If you step onto the platform before "0.0" appears the display will show "Error" and you will not obtain a reading.



TAKING WEIGHT MEASUREMENT ONLY

Select Weight-Only Key

Press the Weight-only key. After 2 or 3 seconds, "0.0" will appear in the display and the unit will beep. When "0.0" appears in the display, step onto the platform. The body weight value will appear. If you remain on the platform, the display will flash for about 30 seconds, and then the power will automatically turn off. If you step off the platform, the weight will continue to show for about 5 seconds, then "0.0" will appear and the unit will shut off automatically.



TROUBLE SHOOTING

If the following problems occur ...then...

- **A wrong weight format appears followed by kg, lb, or st-lb.**

Refer to Switching the Weight Mode on p.3.

- **“Lo” appears on the display, or all the data appears and immediately disappears.**

Batteries are low. When this message appears, be sure to replace the batteries immediately, since weak batteries will affect the accuracy of your measurements. Change all the batteries at the same time with new AA-size batteries.

Note: Your settings will not be erased from the memory when you remove the batteries.

- **“Error” appears while measuring.**

Please stand on the platform keeping movement to a minimum.

The unit cannot accurately measure your weight if it detects movement.

The Body Fat Percentage is more than 75%, readings cannot be obtained from the unit.

- **The Body Fat Percentage reading does not appear or “-----” appears after the weight is measured.**

Your personal data has not been programmed. Follow the steps on p.3.

Make sure socks or stockings are removed, and the soles of your feet are clean and properly aligned with the guides on the measuring platform.

- **“OL” appears while measuring.**

Reading cannot be obtained if the weight capacity is exceeded.

INTRODUCTION

Merci d'avoir choisi un impédancemètre Tanita.

Cet appareil fait partie de la vaste gamme de produits de santé grand public de Tanita.

Ce mode d'emploi vous guide dans les procédures d'installation et vous explique les fonctions principales de l'appareil.

Veuillez le garder à portée de main pour vous y référer ultérieurement. Pour toute information complémentaire sur la santé au quotidien, n'hésitez pas à consulter notre site Web www.tanita.com.

Les produits Tanita intègrent les dernières recherches cliniques et innovations technologiques.

Le Comité consultatif médical de Tanita vérifie toutes les données pour garantir leur validité.



▲ Précautions d'emploi

L'utilisation d'un impédancemètre par les sujets porteurs d'implants médicaux électroniques tels que les stimulateurs cardiaques est fortement déconseillée, car l'impédancemètre émet un courant électrique de faible intensité qui parcourt le corps et qui risque d'interférer avec son fonctionnement.

Les femmes enceintes ne doivent utiliser que la fonction de mesure du poids. Aucune des autres fonctions n'est conçue pour les femmes enceintes.

Ne posez pas cet appareil sur une surface glissante telle qu'un sol mouillé.

Vous risquez de perdre des données enregistrées dans l'appareil si vous ne l'utilisez pas correctement ou si vous le soumettez à une surcharge électrique.

Tanita ne saurait être tenue responsable de quelques dommages que ce soient, dûs à la perte de données enregistrées.

Tanita ne saurait être tenue responsable de quelques dommages ou pertes que ce soient, entraînés par l'usage de cet appareil, ni de quelque réclamation que ce soit provenant de tiers.

Remarques importantes à l'intention des utilisateurs

Cette balance impédancemètre est destinée aux adultes et enfants âgés de 7 à 17 ans sédentaires ou modérément actifs, ainsi qu'aux adultes pratiquant du sport de façon intensive.

Tanita définit « une personne dotée d'une corpulence athlétique » comme une personne effectuant approximativement 10 heures d'activité physique par semaine et dont le rythme cardiaque au repos est inférieur ou égal à 60 battements par minute.

Ceci inclut également les personnes ayant eu une activité physique élevée tout au long de leur vie mais dont l'activité physique actuelle ne dépasse pas 10 heures par semaine.

La fonction de contrôle du taux de graisse corporelle n'est pas destinée aux femmes enceintes, athlètes professionnels ou culturistes.

En cas d'utilisation incorrecte de l'appareil ou de surtension électrique, les données enregistrées peuvent être perdues. Tanita décline toute responsabilité en cas de problème occasionné suite à la perte de données enregistrées.

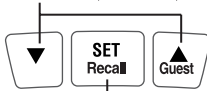
Tanita décline toute responsabilité en cas de perte ou de dommages occasionnés par ses appareils ou en cas de réclamation effectuée par un tiers.

Remarque: Le calcul du taux de graisse corporelle varie en fonction du volume d'eau contenu dans l'organisme, et peut également être affecté par la déshydratation ou un niveau hydrique excessif dus à divers facteurs tels que la consommation d'alcool, la période des règles, une maladie, un exercice physique intense, etc.

CARACTÉRISTIQUES

Plateau de pesée

5. Curseurs ▲ et ▼ (de sélection)



4. Touche SET

1

2

3

4

OFF

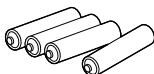
6. Touches mémoire



7. Touche Pesée seule

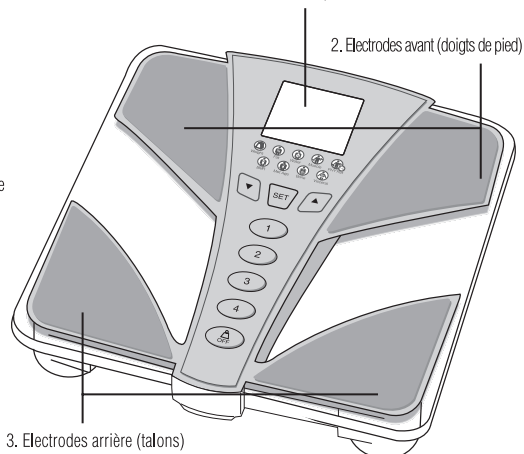
Accessoires

8. Piles de type AA (x4)



1. Plateau de pesée

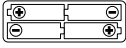
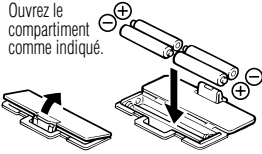
2. Electrodes avant (doigts de pied)



3. Electrodes arrière (talons)

AVANT UTILISATION

Ouvrez le compartiment comme indiqué.



Position correcte des piles.

⚠ Insertion des piles

Ouvrez la trappe du réceptacle situé sous le plateau de pesée et insérez les piles comme indiqué.

Remarque: assurez-vous que les piles sont placées dans le bon sens, en respectant la polarité. Si elles ne sont pas dans la bonne position, elles risquent de couler et d'endommager le plancher. En cas de non-utilisation prolongée, il est conseillé de retirer les piles de l'appareil.

Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.

⚠ Positionnement de l'appareil

Placez le plateau de pesée sur une surface dure et plane présentant un niveau de vibrations minimal, ceci afin d'assurer une mesure exacte, en toute sécurité.

Remarque: pour des raisons de sécurité, évitez de marcher sur les bords du plateau.

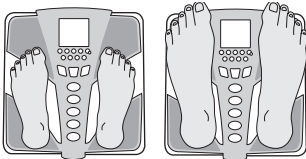


Conseils de manipulation

Cet appareil est un instrument de précision faisant appel à des technologies de pointe. Pour maintenir l'appareil dans des conditions optimales d'utilisation, suivez les indications suivantes :

- Ne tentez pas de démonter la balance.
- Rangez l'appareil à l'horizontale et de manière à ce que les touches ne puissent pas être actionnées accidentellement.
- Ne le faites pas tomber et ne montez pas dessus brusquement. Evitez les vibrations excessives.
- N'exposez pas l'appareil directement aux rayons du soleil et ne le placez pas à proximité d'un radiateur ni dans un endroit susceptible d'être très humide ou de présenter des variations de température importantes.
- Ne l'immergez pas dans l'eau et n'utilisez pas de détergent pour le nettoyer. Nettoyez les électrodes à l'aide d'un chiffon imbibé d'alcool.
- Ne montez pas sur le plateau de pesée lorsque vous êtes mouillé.
- Ne faites pas tomber des objets sur l'appareil.

COMMENT OBTENIR DES RÉSULTATS EXACTS



Talons centrés sur les électrodes.

Les orteils peuvent dépasser du plateau.

Remarque: les mesures ne sont valides que si vos pieds sont propres et secs, que vos genoux ne sont pas pliés et que vous n'êtes pas assis.

Pour que les résultats soient aussi exacts que possible, les mesures doivent être effectuées sans vêtements et dans des conditions hydriques similaires. Si vous n'ôtez pas vos vêtements, ôtez vos collants ou chaussettes et assurez-vous que vos pieds sont propres et secs avant de monter sur la balance.

Assurez-vous que vos talons sont correctement alignés avec les électrodes du plateau de pesée.

Ne vous inquiétez pas si le plateau semble trop court pour vos pieds. L'appareil fonctionne correctement même lorsque vos orteils dépassent du plateau.

Il est préférable d'effectuer les mesures à la même heure de la journée et dans des conditions identiques pour obtenir des résultats homogènes. Essayez si possible d'effectuer la mesure au moins 3 heures après le lever, un repas ou un exercice physique violent.

FONCTION D'ARRÊT AUTOMATIQUE

La fonction d'arrêt automatique éteint l'appareil dans les cas suivants :

- en cas d'interruption de la mesure, l'appareil se met hors tension dans les 10 ou 20 secondes suivantes, en fonction du type d'opération effectuée ;
- Si l'appareil reçoit un poids extrême.
- si vous n'appuyez sur aucun bouton ou touche pendant 60 secondes au cours de la programmation ;*
- à la fin de la mesure.

***Remarque:** Si l'appareil se met hors tension automatiquement, recommencez les opérations depuis "Réglage et enregistrement des données personnelles en mémoire" (page 13).

COMMUTATION DU MODE POIDS

Note: A utiliser uniquement avec les modèles possédant la fonction commutation du poids

Vous pouvez changer l'unité de mesure en utilisant le bouton au dos de la balance, comme indiqué sur le dessin.

Note : Si la fonction poids est sur le mode « livres » (lb ou st-lb), la taille sera automatiquement donnée en pieds et en pouces. De même, si le mode « kilogrammes » est sélectionné, la taille sera automatiquement donnée en centimètres.

lb (Livres)**kg (Kilogrammes)****st-lb (Stone Pounds)**

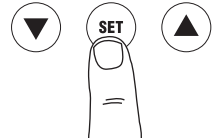
REGLAGE ET ENREGISTREMENT DES DONNÉES PERSONNELLES EN MÉMOIRE

Vous ne pouvez obtenir de résultat qu'une fois vos données programmées dans l'une des mémoires de données personnelles ou en mode invité.

L'impédancemètre peut enregistrer les données personnelles de 4 individus maximum.

1. Mise sous tension

Appuyez sur la touche SET pour mettre l'appareil sous tension. A l'issue de la programmation, il vous suffira d'appuyer sur votre touche mémoire afin d'allumer l'appareil. L'appareil émet un bip sonore pour confirmer la mise sous tension, les codes personnels (1, 2, 3, 4) s'affichent, puis l'affichage clignote.

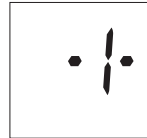


Remarque: si vous n'actionnez aucune des touches pendant 60 secondes, l'appareil se met hors tension automatiquement.

Remarque: si vous commettez une erreur de programmation ou que vous souhaitez éteindre l'appareil avant la fin de la programmation, Appuyer sur la touche Pesée seule pour effectuer (▲) un arrêt d'urgence.

2. Sélection d'une touche mémoire

Appuyez sur les curseurs G et H pour sélectionner votre touche mémoire. Une fois que vous avez atteint le chiffre que vous souhaitez utiliser, appuyez sur la touche SET. L'appareil émet un bip sonore pour confirmer votre sélection.



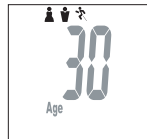
3. Sélection de l'âge

Le chiffre « 30 » s'affiche par défaut. La fourchette des âges des utilisateurs s'étend de 7 à 99 ans. Une flèche s'affiche dans le coin inférieur gauche de l'écran indiquant que le processus de sélection est en cours. Utilisez les curseurs G et H pour faire défiler les chiffres. Une fois que vous atteignez votre âge, appuyez sur la touche SET. L'appareil émet alors un bip sonore pour confirmer votre sélection.



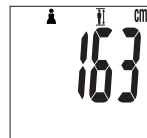
4. Sélection du sexe

Utilisez les curseurs pour sélectionner Femme (♀) ou Homme (♂) et le mode Adulte standard ou Athlète, appuyez ensuite sur la touche Set (réglage). L'appareil émettra un bip pour confirmer la sélection.



5. Sélection de la taille

Le chiffre 170 (cm) s'affiche par défaut. La fourchette des tailles des utilisateurs s'étend de 100 à 220 cm. Utilisez les curseurs G et H pour spécifier votre taille puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet alors un bip sonore pour confirmer votre sélection.



6. Sélection du niveau d'activité

Pour utiliser la fonction DCI correctement, vous devez régler le niveau d'activité. Utilisez la curseur (flèche vers le haut) pour indiquer le niveau d'activité. Appuyez sur la touche Set (réglage) pour confirmer.

Niveau 1 = inactif (peu ou pas d'exercice)

Niveau 2 = modérément actif (exercice occasionnel et peu intense)

Niveau 3 = adulte avec une activité physique intense (voir page 7 pour la définition de Tanita du mot Athlète)

Remarque : Si vous choisissez le Mode d'Athlète, le niveau d'activité se règle automatiquement au niveau 3.

L'appareil émettra deux bips et toutes les données (Homme/Femme, Age, Taille et Niveau d'activité) clignoteront à l'écran trois fois pour confirmer la programmation. Ensuite, l'appareil se mettra automatiquement en veille.

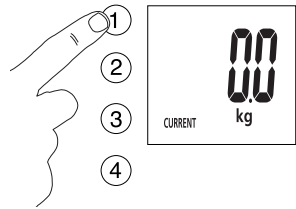


RELEVÉS DE COMPOSITION CORPORELLE

1. Sélectionnez votre touche personnelle et montez sur la plateforme.

Appuyez sur votre touche mémoire pré-programmée. Si vous appuyez sur cette touche pendant plus de 3 secondes, l'écran affiche « Error » (erreur). L'appareil émet alors un bip sonore et les données programmées s'affichent à l'écran. L'appareil émet un autre bip sonore et les chiffres « 0.0 » s'affichent à l'écran. A présent, vous pouvez monter sur la plate-forme.

Remarque: si vous montez sur le plateau avant que les chiffres « 0.0 » ne s'affichent à l'écran, le message d'erreur « Error » apparaît et il vous est impossible d'effectuer une mesure. Si, à l'inverse, vous ne montez pas sur le plateau dans les 30 secondes suivant l'affichage des chiffres « 0.0 », l'appareil se met hors tension automatiquement.



2. Lecture des Relevés: Fonctionnement de l’Affichage Automatique.

Une fois les mesures prises, les relevés s'afficheront automatiquement dans l'ordre indiqué en-dessous ou à droite de l'écran.

Une icône s'allume à chaque donnée affichée.

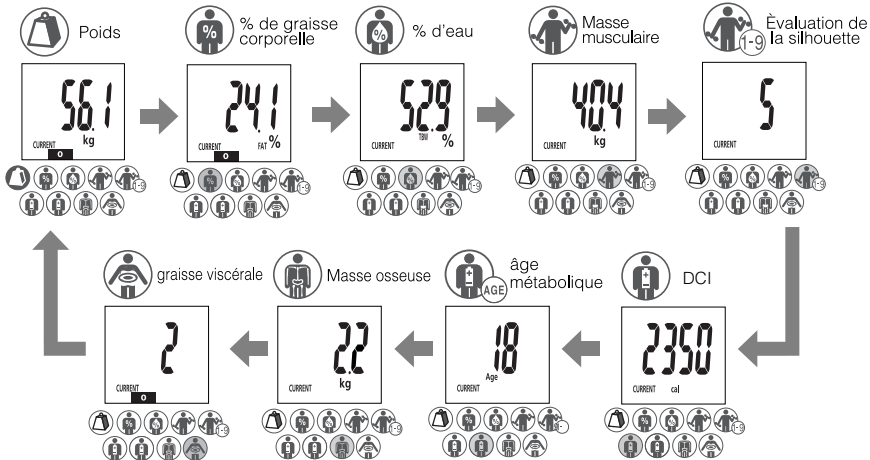
Après affichage du dernier relevé, la lecture du poids apparaît une seconde fois, puis la machine s'éteint automatiquement.

A tout moment, pendant et après le «Fonctionnement de l’Affichage Automatique», vous pouvez utiliser les touches ▲/▼ pour faire défiler une à une les différentes mesures.

Pour faire défiler les données plus rapidement, maintenez appuyée la touche ▲ ou ▼.

Une fois les données obtenues, relâcher la touche pour voir le résultat. Les mesures restent affichées 30 secondes avant que l'appareil ne s'éteigne automatiquement.

Pour les enfants (7 à 17 ans), l'unité n'affiche que le Poids et le Pourcentage de graisse corporelle (elle n'affiche pas la fourchette normale).



3. Fonction Rappel

Pour lire les mesures précédentes, appuyez sur la touche SET pendant l'affichage des données.

Voici la liste des mesures précédentes que vous pouvez afficher en utilisant les touches ▼/▲

- Poids
- % de graisse corporelle
- % d'eau
- Masse musculaire

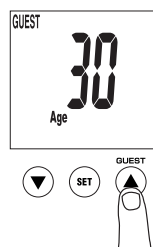
Appuyez à nouveau sur la touche SET pour retourner aux mesures actuelles.



PROGRAMMATION DU MODE INVITÉ

Appuyez sur la touche ▲ et suivez ensuite les étapes de programmation pour enregistrer vos données personnelles : votre âge, votre sexe et votre taille.

Remarque: si vous montez sur le plateau avant que l'écran n'affiche « 0.0 », le message « Error » apparaîtra et vous serez dans l'incapacité d'effectuer une mesure/pesée.



LECTURE DU POIDS UNIQUEMENT

Sélection de la touche Pesée seule

Appuyez sur la touche Pesée seule. « 0.0 » apparaîtra au bout de 2 ou 3 secondes et l'appareil émettra un bip. Lorsque « 0.0 » s'affiche à l'écran, montez sur la balance. Votre poids s'affichera. Si vous restez sur la balance, l'écran clignotera pendant environ 30 secondes et la balance se mettra automatiquement en veille. Si vous descendez de la balance, le poids restera à l'écran pendant 5 secondes, ensuite « 0.0 » s'affichera et l'appareil se mettra automatiquement en veille.



DÉPANNAGE

En cas de problème, consultez la liste suivante avant de contacter Tanita.

- **Un format de poids erroné apparaît suivi de kg, lb ou st-lb.**

Reportez-vous à la section " Fonction d'arrêt automatique " à la page 13.

- **Le message « Lo » s'affiche à l'écran ou toutes les données s'affichent puis disparaissent immédiatement.**

Il est temps de changer les piles. Lorsque ce message s'affiche, remplacez les piles immédiatement. Des piles usées risquent d'affecter l'exactitude des mesures effectuées. Toutes les piles doivent être remplacées en même temps. Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.

Remarque: les réglages restent mémorisés lors du changement des piles.

- **« Error » apparaît pendant la prise de mesure.**

Tenez-vous sur la plate-forme en bougeant le moins possible.

L'unité ne peut pas mesurer votre poids de manière précise si elle détecte un mouvement.

Le Pourcentage de Gras de Corps est plus de 75 %, les lectures ne peuvent pas être obtenues de l'unité.

- **La mesure du Pourcentage de Graisse Corporelle n'apparaît pas ou « ---- » apparaît après la mesure du poids.**

Vos données personnelles n'ont pas été programmées. Suivez les étapes indiquées à la page 13.

Assurez-vous d'avoir retiré vos chaussettes ou vos bas, et que les plantes de vos pieds sont propres et correctement alignées sur les guides de la plate-forme de mesure.

- **Le message « OL » s'affiche au cours de la pesée.**

Votre poids ne peut s'afficher, s'il est supérieur à la portée maximale de la balance.

INTRODUCCIÓN

Gracias por seleccionar un monitor de composición corporal Tanita.

Este monitor es uno de entre una amplia gama de productos domésticos para el cuidado de la salud producidos por Tanita.

El presente manual de instrucciones le guiará a través de los procedimientos de configuración inicial y le explicará las funciones de las teclas.

Consérvelo a mano para consultas futuras. En nuestro sitio web www.tanita.com podrá encontrar información adicional sobre cómo llevar una vida sana.

Los productos Tanita incorporan los resultados de las últimas investigaciones clínicas e innovaciones tecnológicas.

Toda la información es controlada por el Consejo médico consultivo de Tanita para garantizar su precisión.

Nota: Lea detenidamente este manual de instrucciones y téngalo a mano para futura referencia.



⚠️ Precauciones de seguridad

Debe tenerse en cuenta que las personas que tengan un dispositivo médico electrónico implantado, como por ejemplo un marcapasos, no deben utilizar el monitor de composición corporal, ya que éste hace circular una señal eléctrica de baja intensidad a través del cuerpo que podría interferir con el funcionamiento de dicho dispositivo. Las mujeres embarazadas solamente deberán utilizar la función de peso. Ninguna de las demás funciones está pensada para mujeres embarazadas.

No coloque este monitor sobre superficies resbaladizas, como por ejemplo un suelo mojado.

Si el monitor es utilizado de manera incorrecta o expuesto a subidas de tensión eléctrica podrían perderse los datos almacenados en las memorias del mismo.

Tanita no acepta ninguna responsabilidad por ningún tipo de pérdida causada por la pérdida de los datos almacenados.

Tanita no acepta ninguna responsabilidad por ningún tipo de daño material o pérdida causados por este monitor, ni por ningún tipo de reclamación presentada por terceros.

Notas importantes para los usuarios

Este analizador de grasa corporal está diseñado para el uso por parte de adultos y niños (7–17 años de edad) con un estilo de vida de inactivo a moderadamente activo y adultos con cuerpos atléticos.

Tanita define “atleta” como una persona que realiza una actividad física intensa aproximadamente 10 horas a la semana y que tiene un ritmo cardíaco en reposo de aproximadamente 60 pulsaciones por minuto o menos. La definición de Tanita de un atleta incluye individuos “en forma de por vida”, que se han mantenido en forma durante años pero que actualmente hacen ejercicio menos de 10 horas a la semana. La función de monitor de grasa corporal no está diseñada para embarazadas, atletas profesionales o culturistas.

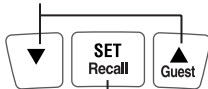
Se pueden perder los datos almacenados si la unidad se utiliza incorrectamente o se expone a sobretensiones de energía eléctrica. Tanita no se responsabiliza de ningún tipo de pérdida debido a la pérdida de los datos almacenados. Tanita no se responsabiliza de ningún tipo de daño o pérdida ocasionados por estas unidades, o de ningún tipo de reclamación efectuada por terceras personas.

Nota: Los cálculos del porcentaje de grasa corporal variarán según la cantidad de agua en el cuerpo, y pueden ser afectados por la deshidratación o la hiperhidratación, causadas por factores como el consumo de alcohol, la menstruación, una enfermedad, el ejercicio intenso, etc.

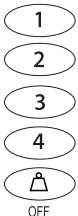
PRESTACIONES Y FUNCIONES

Báscula

5. Botones de flecha (Seleccionar)



4. Botón de Configurar

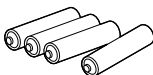


6. Teclas personales

7. Tecla de peso solamente Accesorios

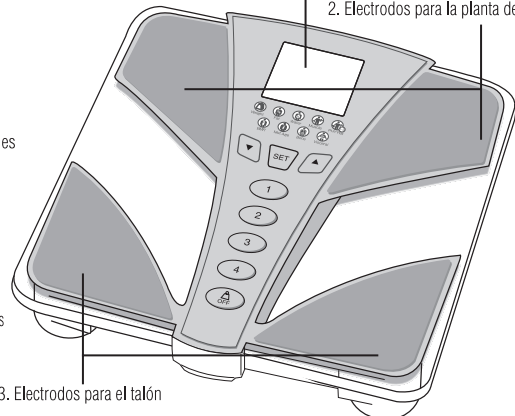
Accessori

8. Pílas tamaño AA (4)



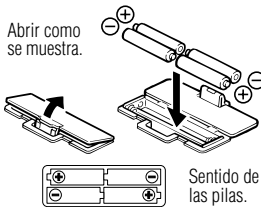
1. Pantalla de visualización

2. Electrodo para la planta del pie



3. Electrodo para el talón

PREPARACIONES ANTES DEL USO



⚠ Instalación de las pilas

Abrir la tapa de las pilas situada en la parte posterior de la báscula. Insertar como se indica las baterías AA suministradas.

Nota: Asegúrese de situar correctamente la polaridad de las pilas. Si coloca las pilas de manera incorrecta, el líquido puede derramarse y dañar el suelo. Si no tiene intención de utilizar esta unidad durante un período de tiempo prolongado, se recomienda sacar las pilas antes de guardarla.

Tenga en cuenta que es posible que las pilas suministradas de fábrica se hayan gastado con el paso del tiempo.

⚠ Colocación del monitor

Coloque la báscula en una superficie dura y lisa con una vibración mínima para asegurar una medición segura y precisa.

Nota: Para evitar posibles lesiones, no pise el borde de la plataforma.

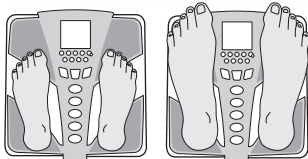


Recomendaciones de manejo

Este monitor es un instrumento de precisión que utiliza tecnología de vanguardia. Para mantener la unidad en condición óptima, siga estas instrucciones cuidadosamente:

- No intente desmontar la báscula.
- Guarde el aparato horizontalmente y colóquelo de manera que las teclas no resulten presionadas accidentalmente.
- Evite que la unidad reciba golpes o vibraciones excesivas.
- Sitúe la unidad fuera del alcance de la luz directa del sol, calefacciones y radiadores, humedad elevada o cambios extremos de temperatura.
- No lo sumerja nunca en agua. Utilice alcohol para limpiar los electrodos y limpiacristales (aplicado mediante un trapo) para mantenerlos brillantes; evite utilizar jabones.
- Evite la humedad al subirse a la plataforma.
- Evite que caiga cualquier objeto sobre el aparato.

CÓMO OBTENER LECTURAS EXACTAS



Talones centrados en los electrodos

Talones centrados en los electrodos

Nota: No será posible realizar una lectura precisa si las plantas de los pies no están limpias, si dobla las rodillas o si está sentado.

Para asegurar la precisión, las lecturas se deberían tomar desnudo y bajo condiciones constantes de hidratación. Si no se desviste, quítese siempre los calcetines o medias y asegúrese que los pies estén limpios antes de subirse a la báscula.

Asegúrese de alinear los talones correctamente con los electrodos en la báscula. No se preocupe si sus pies son demasiado grandes para la báscula: se pueden conseguir lecturas exactas incluso si sus dedos sobresalen de la báscula.

Es mejor tomar las lecturas a la misma hora del día. Intente esperar unas tres horas después de levantarse, de comer o de hacer ejercicio antes de tomar las medidas. Aunque las lecturas realizadas bajo otras circunstancias pueden no tener los mismos valores absolutos, tienen la precisión necesaria para determinar el porcentaje de cambio, siempre que las lecturas se tomen de manera consistente. Para controlar el progreso, compare el peso y porcentaje de grasa corporal tomado en las mismas condiciones durante un período de tiempo.

FUNCIÓN DE APAGADO AUTOMÁTICO

La función de apagado automático corta la energía automáticamente en los siguientes casos:

- Si se interrumpe el proceso de medición. Se corta la energía automáticamente después de 10 a 20 segundos, según el tipo de operación.
- Si se aplica un peso excesivo a la plataforma.
- Si no toca ninguna de las teclas o ninguno de los botones en 60 segundos durante la programación.*
- Después de haber completado el proceso de medición.

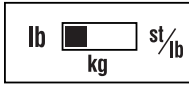
*Nota: Si la corriente se cortara automáticamente, repítanse los pasos dados desde "Introducción y almacenamiento de datos personales en la memoria" (pág. 28)

CAMBIANDO EL MODO DEL PESO

Para uso solamente con modelos conteniendo el botón cambiando el modo de medida.

Puedes cambiar el indicador de unidades usando el botón contenido sobre el dorso de la balanza como esta mostrado en la figura. Si el modo de peso esta programado en libras o apedrea-libra, la programación de altura automáticamente se establecerá en libras y pulgadas. Igualmente, si se selecciona en kilogramos, la altura automáticamente se establecerá en centímetro.

lb (Libras)



kg (Kilogramos)



st-lb (Apedrea-libra)



INTRODUCCIÓN Y ALMACENAMIENTO DE DATOS PERSONALES EN LA MEMORIA

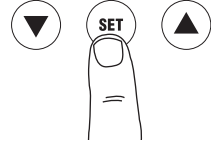
Podrá realizar mediciones sólo si ha introducido sus datos en una de las memorias de datos personales o en el "modo de invitado". El monitor puede almacenar los datos personales de hasta 4 personas.

1. Encendido de la unidad

Pulsar el botón de Configurar para encender la unidad (una vez que se ha programado, la unidad se enciende al pulsar una de las Teclas personales). El aparato emitirá un pitido para confirmar la puesta en marcha, se mostrarán los números de las Teclas Personales (1,2,3,4) y la pantalla destellará.

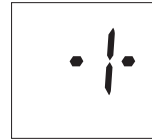
Nota: Si no opera la unidad durante sesenta segundos después de encenderla, ésta se apagará automáticamente.

Nota: Si comete un error o quiere apagar la unidad antes de haber terminado la programación, Pulse la tecla "Solamente Peso" para obligar (▲) a la máquina a apagarse..



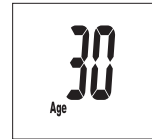
2. Selección de un número de Tecla personal

Pulse los botones de Arriba/Abajo para seleccionar una Tecla personal. Una vez que se visualice el número de Tecla personal que desea utilizar, pulse el botón de Configurar. La unidad emitirá un pitido de confirmación.



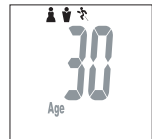
3. Configuración de la edad

La visualización por defecto es 30 años (los límites de edad de usuarios son 7 y 99). Aparecerá un icono de flecha en la parte inferior izquierda para indicar la configuración de edad. Utilice los botones de Arriba/Abajo para desplazarse entre los números. Cuando haya encontrado su edad, pulse el botón de Configurar. La unidad emitirá un pitido de confirmación.



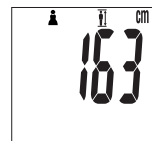
4. Selección de sexo y Modo de Atleta

Utilice los botones de Arriba/Abajo para seleccionar Mujer (♀) u Hombre (♂) y el modo de Adulto normal o Atleta, después pulse el botón de Configurar. La unidad emitirá un pitido de confirmación.



5. Especificación de la altura

La visualización por defecto es 170 cm (las alturas de usuario máximas y mínimas son 100 cm – 220 cm). Utilice los botones de Arriba/Abajo para especificar la altura y después pulse el botón de Configurar. La unidad emitirá un pitido de confirmación.



6. Selección del Nivel de actividad

Para utilizar la prestación de DCI (Ingestión diaria de calorías) correctamente, necesita configurar el Nivel de actividad. Utilice el botón de Arriba para especificar el Nivel de actividad. Pulse el botón de Configurar para confirmar.

Nivel 1 = estilo de vida inactivo (poco o ningún ejercicio)

Nivel 2 = estilo de vida moderadamente activo (ejercicio de poca intensidad en ocasiones)

Nivel 3 = adulto que participa en actividades físicas intensas (véase pág. 13 para la definición de Atleta de Tanita)

Nota : Si usted escoge el Modo de Atleta, pondrá automáticamente el nivel de la actividad a nivelar 3.

La unidad emitirá dos pitidos y la pantalla parpadeará mostrando todos los datos (Hombre/Mujer, Edad, Altura y Nivel de actividad) tres veces para confirmar la programación. Entonces la unidad se apagará automáticamente.

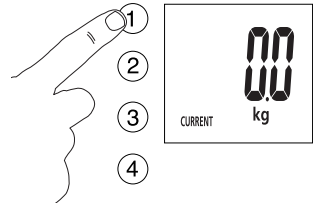


CÓMO REALIZAR LAS MEDICIONES DE COMPOSICIÓN CORPORAL

1. Pulse la tecla Personal y párese sobre el monitor.

Pulse su Tecla personal preprogramada. (Suelte la tecla antes de 3 segundos o aparecerá "Error" en la pantalla.) La unidad emitirá un pitido y la pantalla mostrará los datos programados. La unidad volverá a emitir un pitido y la pantalla mostrará "0.0". Súbase ahora a la báscula.

Nota: Si se sube a la plataforma antes de que aparezca "0.0", la pantalla mostrará "Error" y no obtendrá una lectura. Por el contrario, si no se sube a la báscula en un plazo de 30 segundos desde que aparece "0.0", el aparato se apagará automáticamente.



2. Cómo obtener las lecturas. Proceso de display automático

Después de tomar las medidas, automáticamente aparecerán las lecturas en el orden que se enumera a continuación o a la derecha.

Parpadeará un ícono por cada lectura que se muestre.

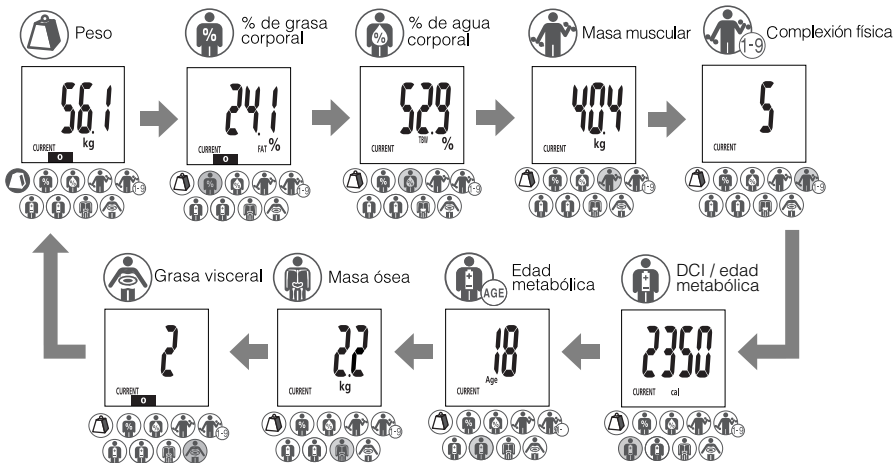
Después de que aparezca la última lectura, la lectura del peso aparecerá nuevamente y entonces la unidad se apagará en forma automática.

En cualquier momento durante y después del "Proceso de Auto Display", el usuario podrá utilizar los botones ▲/▼ para desplazarse a través de los distintos resultados.

Para un desplazamiento avanzado, el usuario podrá pulsar y mantener presionados los botones ▲/▼.

Después de obtener las lecturas deseadas, suelte el botón para visualizar el resultado. Las lecturas aparecerán durante 30 segundos y después la unidad se apagará automáticamente.

Para los niños (entre 7 y 17 años), la unidad sólo mostrará el Peso y el Porcentaje de grasa corporal (no mostrará el Indicador de margen saludable).



3. Función Recuperar Memoria

Para obtener lecturas anteriores, pulse el botón Configurar mientras se muestran las lecturas. El siguiente resultado de lecturas previas aparecerá si utiliza los botones ▲/▼.

- Peso
- Porcentaje de grasa corporal
- Porcentaje de agua corporal
- Masa muscular

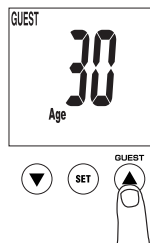
Vuelva a pulsar el botón Configurar para regresar al resultado actual.

PROGRAMACIÓN DEL MODO DE INVITADO

El modo de invitado le permite hacer la medición de un nuevo usuario sin perder los datos almacenados en una memoria personal.

Pulse el botón ▲ y, a continuación, siga el procedimiento estándar para programar los datos personales. Introduzca: edad, sexo y talla.

Nota: Si se sube a la plataforma antes de que aparezca "0.0", la pantalla mostrará "Error" y no podrá obtener una lectura.



CÓMO OBTENER LECTURAS DE PESO SOLAMENTE

Seleccionar la Tecla de peso solamente

Pulse la Tecla de peso solamente. Después de 2 ó 3 segundos, aparecerá "0.0" en la pantalla y la unidad emitirá un pitido. Cuando aparezca "0.0" en la pantalla, súbase a la báscula. Se visualizará el valor de peso del cuerpo. Si permanece en la báscula, la pantalla parpadeará durante 30 segundos y después el aparato se apagará automáticamente. Si se baja de la báscula, se seguirá visualizando el peso durante unos 5 segundos, después aparecerá "0.0" y la unidad se apagará automáticamente.



RESOLUCIÓN DE FALLOS

Si ocurre el siguiente problema... entonces...

- **Aparece un formato de peso erróneo seguido de kg, lb o st-lb.**
Consulte " Cambiando el modo del peso" en la pág. 28.
- **Aparece "Lo" en la pantalla o aparecen todos los datos e inmediatamente desaparecen.**
Las pilas tienen poca carga. Cuando esto ocurra, asegúrese de cambiar las pilas inmediatamente, ya que las pilas con poca carga afectarán la precisión de sus medidas. Reemplace todas las pilas al mismo tiempo con pilas nuevas tamaño AA. La unidad trae pilas de prueba: pueden tener poca duración.
Nota: No se borrarán sus configuraciones de la memoria al quitar las pilas.
- **"Error" aparece durante la medición.**
Por favor, sitúese sobre la plataforma moviéndose lo menos posible.
La unidad no puede medir su peso precisamente si detecta movimiento.
El Porcentaje de Grasa de Cuerpo es más del 75 %, las lecturas no pueden ser obtenidas de la unidad.
- **La medición de Body Fat Percentage no aparece o "-----" aparece después de la medición del peso.**
Sus datos personales no han sido programados. Siga los pasos en p.28
Asegúrese de quitarse los calcetines o las medias, y que las plantas de sus pies están limpias y adecuadamente alineadas con las guías de la plataforma de medición.
- **Aparece "OL" durante la medición.**
La lectura de peso no puede obtenerse si se excede del peso máximo de la báscula.

INTRODUÇÃO

Obrigado por ter escolhido um Monitor de Composição Corporal Tanita. Este monitor faz parte de uma vasta gama de produtos de saúde domésticos fabricados pela Tanita. O presente Manual de Instruções conduzi-lo-á ao longo dos procedimentos de instalação e descreve as principais características.

Mantenha o manual disponível para futura consulta. Para mais informações sobre modos de vida saudável, consulte o nosso website em www.tanita.com.

Os produtos Tanita integram os resultados da mais recente investigação clínica e inovações tecnológicas.

Todos os dados são controlados pelo nosso Comité Consultivo Clínico para garantia de precisão.

Nota: Leia cuidadosamente este manual e guarde-o para futura referência.

⚠️ Precauções de segurança

Os indivíduos com implantes electrónicos, designadamente "pacemakers", não devem usar um Monitor de Composição Corporal, visto este transmitir um sinal eléctrico de nível reduzido através do organismo que poderá interferir com o respectivo funcionamento.

As grávidas só devem utilizar a função de peso. As restantes funções não se destinam a grávidas.

Não coloque o monitor em superfícies escorregadias, tais como pisos molhados.

A utilização incorrecta do monitor ou a sua exposição a oscilações de corrente eléctrica pode resultar na perda dos dados registados.

A Tanita não assume responsabilidades por quaisquer tipos de perdas resultantes da falha dos dados registados.

A Tanita não assume qualquer responsabilidade por todos os tipos de danos ou perdas provocadas por este monitor, nem atende nenhum tipo de reclamação efectuada por terceiros.

Notas importantes para usuários

Este Monitor de Gordura do Organismo é destinado para uso de adultos e crianças (idade entre 7 e 17 anos) com estilo de vida inativo ou moderadamente ativo, e também para adultos com corpo atlético.

A Tanita define "atleta" como uma pessoa envolvida em atividade física intensa de aproximadamente 10 horas por semana e que apresente a frequência cardíaca de 60 batimentos por minuto ou menos. A definição de atleta da Tanita inclui aqueles que praticaram a "atividade física ao longo da vida" mas que atualmente exercita menos de 10 horas por semana.

A função de monitor da gordura do organismo não é destinado para grávidas, atletas profissionais ou halterofilistas.

Os dados armazenados poderão se perder se o aparelho for utilizado incorretamente ou exposto ao surto de energia elétrica. A Tanita não se responsabilizará pelo prejuízo causado pela perda dos dados armazenados.

A Tanita não se responsabilizará por nenhum tipo de danos ou prejuízos causados por este aparelho ou por nenhum tipo de reclamação feita por terceiros.

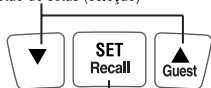
Nota: a estimativa de percentagem de gordura do organismo pode variar de acordo com o volume da água no organismo, e pode ser afetado por desidratação ou sobre-hidratação aos fatores como consumo de álcool, menstruação, doença, exercício intenso, etc.



CARACTERÍSTICAS E FUNÇÕES

Plataforma de medição

5. Botão de setas (seleção)



4. Botão Set

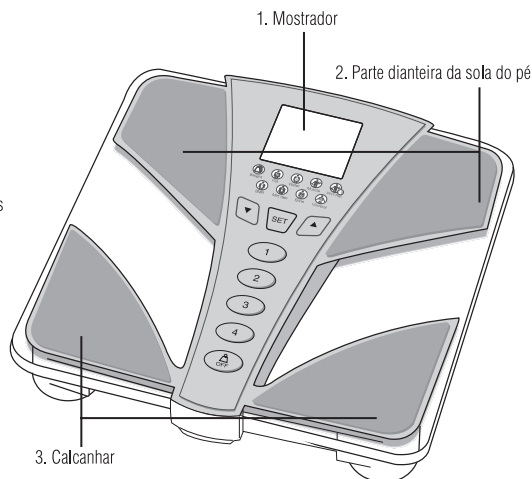
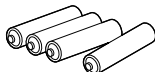


6. Chaves pessoais

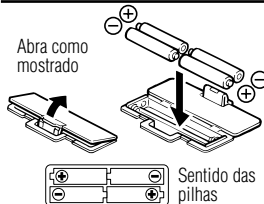
7. Chave Somente Pesagem

Acessórios

8. Pilhas tamanho pequeno (4)



PREPARATIVOS ANTES DO USO



▲ Colocando as pilhas

Abra a tampa do compartimento de pilhas atrás da plataforma de medição. Coloque as pilhas pequenas fornecidas conforme indicado.

Nota: certifique-se de que o sentido das pilhas está correto. Se as pilhas forem posicionadas incorretamente, o fluido pode vaziar e danificar o assoalho. Se você não pretende utilizar este aparelho por um período longo, é recomendável retirar as pilhas antes de guardá-lo.

Note que as pilhas elétricas de fábrica podem ter perdido energia ao longo do tempo.

▲ Posicionando o monitor

Coloque a plataforma de medição numa superfície dura e plana que tenha mínima vibração para assegurar a medição segura e precisa.

Nota: para evitar um possível ferimento, evite pisar na borda da plataforma.



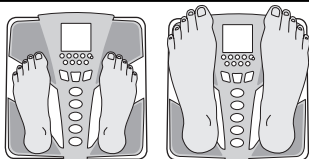
Dicas de manuseio

Este monitor é um instrumento de precisão que utiliza a tecnologia state-of-art.

Para manter este aparelho numa melhor condição, siga cuidadosamente as instruções a seguir:

- Não tente desmontar a plataforma de medição.
- Guarde o aparelho na horizontal e coloque-o de forma que os botões não sejam pressionadas acidentalmente.
- Evite o impacto ou vibração excessiva ao aparelho.
- Guarde o aparelho num local livre de radiação solar direta, equipamento de calefação, umidade elevada ou alteração excessiva de temperatura.
- Nunca mergulhe o aparelho na água. Use o álcool para limpar os eletrodos e o limpador de vidros para mantê-lo lustroso. Evite o uso de sabão.
- Não pise na plataforma quando estiver molhada.
- Não deixe cair nada sobre a plataforma.

OBTENDO LEITURA PRECISA



Calcanhares centrados nos eletrodos.

Os dedos dos pés podem ultrapassar a plataforma de medição.

Nota: A medição precisa não será possível se a sola do seu pé não estiver limpa, se seus joelhos estiverem dobrados ou se você estiver na posição sentada.

Para assegurar a precisão, a leitura deve ser feita sem roupa e com condições consistentes de hidratação. Mesmo que você não tire as roupas, sempre tire as meias antes de subir na plataforma de medição. Certifique-se de que seus calcanhares estão corretamente alinhados com os eletrodos da plataforma de medição. Não se preocupe mesmo que seus pés pareçam grande demais para o aparelho, pois a medição precisa pode ser obtido mesmo que os dedos dos seus pés ultrapassem a plataforma de medição. É melhor realizar a medição sempre no mesmo horário do dia. Espere em torno de três horas depois de levantar, comer ou praticar exercícios intensos antes de realizar a medição. Mesmo que a leitura esteja sendo feita enquanto as outras condições não possuam mesmos valores absolutos, ela é precisa para determinar a porcentagem de alteração desde que a leitura seja feita de forma consistente. Para monitorar o progresso, compare os resultados com pesos e porcentagens da gordura do organismo anteriormente obtidos por um período de tempo.

FUNÇÃO DESLIGAMENTO AUTOMÁTICO

A função desligamento automático desliga automaticamente a energia em seguintes casos:

- Se você interromper o processo de medição. A energia é desligada entre 10 a 20 segundos, dependendo do tipo de operação.
- Se for aplicado um peso extremamente elevado na plataforma.
- Se você não tocar em nenhuma chave ou botão dentro de 60 segundos durante a programação.*
- Após você encerrar o processo de medição.

*Nota: se a energia for desligada automaticamente, repita os passos a partir de "Programar e armazenar dados pessoais na memória" (p. 33).

ALTERANDO A UNIDADE DE MEDIDA DO PESO

Nota: Uso exclusivo em modelos que possuem esta chave comutadora na parte inferior.

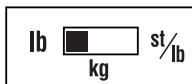
Você poderá alterar a medida de peso usando a chave comutadora, como demonstra a figura abaixo.

Nota: Ao selecionar o modo de peso libras ou stone-pounds

(Unidade de Peso Britânica, equivalente a 6,348kg ou 14 lb), a programação de altura será automaticamente adaptada para pés e polegadas. Da mesma forma, ao selecionar o modo de peso Quilogramas, a altura será automaticamente adaptada para centímetros.



lb (Libras)



kg (Quilogramas)



st-lb (Stone-pounds (Unidade de Peso Britânica))



PROGRAMAR E ARMAZENAR DADOS PESSOAIS NA MEMÓRIA

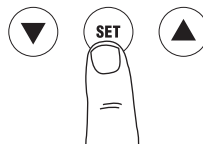
Só serão fornecidas leituras caso haja dados programados numa das memórias de dados pessoais ou no modo "Guest" (Convidado). O aparelho pode armazenar detalhes pessoais até 4 indivíduos.

1. Ligue o aparelho

Pressione o botão Set para ligar o aparelho (uma vez programado, um leve toque nas chaves pessoais liga o aparelho). O aparelho emitirá um beep para confirmar a ativação, os números das chaves pessoais (1,2,3,4) serão mostrados e o mostrador ficará iluminado.

Nota: se você não operar o aparelho dentro de 60 segundos após ligar, o aparelho desligar-se-á automaticamente.

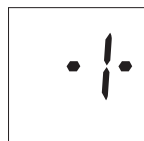
Nota: Se você cometer algum erro ou deseja desligá-lo antes de concluir a programação, pressione a chave Somente Pesagem para () forçar o encerramento...



2. Selecione um número de chave pessoal

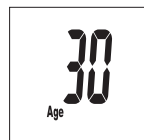
Pressione os botões de seta para cima ou para baixo para selecionar a chave pessoal.

Ao atingir o número da chave pessoal que você deseja usar, pressione o botão Set. O aparelho emitirá um beep para confirmar.





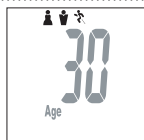
3. Selecione a sua idade

O mostrador mostra previamente a idade de 30 anos (a faixa de idade do usuário é de 7 a 99 anos). Um ícone de seta aparece no canto inferior esquerdo para indicar a configuração da idade. Use os botões de setas para cima e para baixo para mover os números. Quando atingir a sua idade, pressione o botão Set. O aparelho emitirá um beep para confirmar.



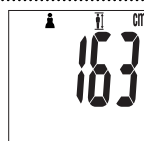
4. Selecione Male (homem) ou Female (mulher)

Use os botões de setas para cima e para baixo para mover através da configuração Female () ou Male (), Female/Athlete (mulher/atleta) e Male/Athlete (homem/atleta) e pressione o botão Set. O aparelho emitirá um beep para confirmar.



5. Especifique a sua altura

O mostrador mostra previamente a altura de 170 cm (a faixa de altura do usuário é de 100cm – 220cm). Use os botões de setas para cima e para baixo para especificar a altura e pressione o botão Set. O aparelho emitirá um beep para confirmar.



6. Selecione o nível de atividades

Para usar a função DCI (absorção diária de caloria) de forma apropriada, é necessário você configurar o nível de atividades. Use o botão de seta para cima para especificar o nível de atividades. Pressione o botão Set para confirmar.

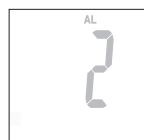
Nível 1 = Estilo de vida inativo (poucos exercícios físicos).

Nível 2 = Estilo de vida de atividade moderada (exercícios físicos ocasionais, de baixa intensidade).

Nível 3 = Adulto envolvido em exercícios físicos intensos (vide p.19. para definição de atletas da Tanita).

Nota : Ao selecionar o Modo Atleta, o nível de atividade é ajustado automaticamente no nível 3.

O aparelho emitirá o beep duas vezes e com o mostrador iluminado mostrará todos os dados (Male/Female, idade, altura, etc) três vezes para confirmar a programação. Após então, o aparelho desligar-se-á automaticamente.



EFECTUAR LEITURAS DE COMPOSIÇÃO CORPORAL

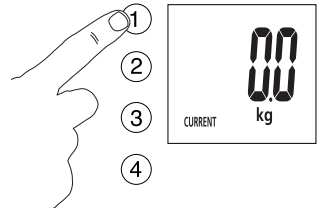
1. Seleccione a tecla pessoal e suba para o aparelho

Pressione a sua chave pré-programada.

(Libere a chave dentro de 3 segundos, senão o mostrador mostrará "Error").
O aparelho emitirá um beep e o mostrador mostrará a data programada.

**O aparelho emitirá mais um beep e o mostrador mostrará "0.0".
Após então, suba no aparelho.**

Nota: se você subir na plataforma antes de aparecer "0.0", o mostrador mostrará "Error" e você não obterá a leitura. Além disso, se você não subir na plataforma de medição dentro de aproximadamente 30 segundos após o aparecimento de "0.0", o aparelho desligar-se-á automaticamente.



2. Obtenção de leituras: Processo de visualização automática

No final da medição, as leituras serão automaticamente visualizadas pela ordem indicada abaixo ou à direita.

Acender-se-á um ícone para cada leitura de resultados visualizada.

Após a visualização da última leitura de resultados, será visualizada novamente a leitura do peso e a unidade desligar-se-á automaticamente.

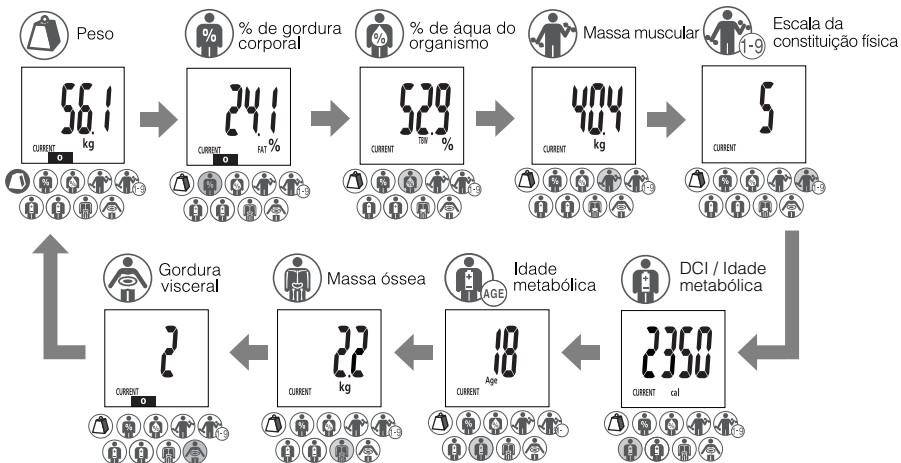
Em qualquer momento, durante e após o "processo de visualização

automática", o utilizador poderá utilizar os botões ▲/▼ para percorrer os diferentes resultados.

Para uma visualização contínua mas rápida, o utilizador poderá premir e manter os botões ▲/▼ premidos.

Após observar as leituras pretendidas, solte o botão para visualizar o resultado. As leituras serão apresentadas durante 30 segundos antes da unidade se desligar automaticamente.

Para crianças (dos 7 aos 17 anos), a unidade apenas mostrará o Peso e a percentagem (%) de Gordura do Organismo (não mostrará o Indicador da Faixa de Saúde).



3. Função de recuperar

To obtain previous reading press SET button while the readings is being displayed.

Para recuperar leituras anteriores, prima o botão SET durante a visualização de leituras.

O seguinte resultado de leituras anteriores poderá ser visualizado utilizando os botões ▲/▼.

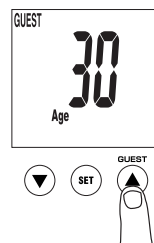
- Peso
- % de gordura corporal
- % de água do organismo
- Massa muscular

Prima novamente o botão SET para regressar à visualização dos resultados actuais.

PROGRAMANDO MODO CONVIDADO

O modo Convidado permite-lhe efectuar uma leitura para um novo utilizador sem perder os dados pessoais armazenados numa memória pessoal. Prima o botão ▲; depois siga o processo habitual para introduzir os dados pessoais. Introduzir: idade, sexo e altura.

Nota: se você subir na plataforma antes de aparecer "0.0", o mostrador mostrará "Error" e você não obterá a leitura.



SOMENTE A LEITURA DO PESO

Selecione a chave Somente Pesagem

Pressione a chave Semente Pesagem. Após 2 a 3 segundos aparecerá "0.0" no mostrador e o aparelho emitirá um beep. Quando "0.0" aparecer no mostrador, suba na plataforma. Aparecerá o valor do peso do seu corpo. Se você permanecer na plataforma, o mostrador iluminar-se-á aproximadamente por 30 segundos e então o aparelho desligar-se-á automaticamente. Se você subir na plataforma, o peso será mostrado aproximadamente por 5 segundos, em seguida aparecerá "0.0" e o aparelho desligar-se-á automaticamente.



LOCALIZANDO DEFEITOS

Se ocorrer seguintes problemas... então...

- **Aparece um formato errado de Peso seguido de kg, lb ou st-lb.**

Consulte "Alterando a unidade de medida de peso" na pág. 33.

- **Aparece "Lo" no mostrador, aparecem todos os dados, e desaparece imediatamente.**

As pilhas estão fracas. Quando essa mensagem aparece, substitua as baterias imediatamente, pois pilhas fracas afetam a precisão da sua medida. Troque todas as baterias ao mesmo tempo com novas pilhas pequenas.

Nota: suas configurações não serão apagadas quando você remove as pilhas.

- **Aparece "Error" durante a medição.**

Suba na plataforma com o mínimo de movimento.

Se o aparelho detectar o movimento, ele pode não medir precisamente o seu peso.

A percentagem da gordura de corpo é mais de 75%, leituras não pode ser obtido da unidade.

- **Não aparece a percentagem da gordura do organismo, ou aparece "----" após a medição do peso.**

Seus dados pessoais não foram programados. Siga os passos da página 33.

Certifique-se de que suas meias foram retiradas e que a sola do seu pé está limpa e apropriadamente alinhada com os guias da plataforma de medição.

- **Aparece "OL" durante a medição.**

A leitura não pode ser obtida se a capacidade de peso for excedido.

Specifications
BC-585F
Weight Capacity 330lb (150kg) (33st 8lb)
Weight Increments 0,2lb (0,1kg) (0,2lb)
Body Fat Increments 0,1%
Personal Data 4 memories
Power Supply 4 AA batteries (included)
Power Consumption 60 mA maximum
Measuring Current 50 kHz, 500 µA

Caractéristiques
BC-585F
Capacité de pesage maxi 150kg
Graduation 0,1kg
Précision du taux de gras 0,1%
Données personnelles 4 mémoires
Alimentation 4 piles AA incluses
Consommation d'énergie 60 mA au maximum
Courant émis 50 kHz, 500 µA

Specificaciones
BC-585F
Capacidad de peso 150kg
Incrementos de peso 0,1kg
Incrementos de grasa corporal 0,1%
Datos personales 4 memorias
Alimentación 4 pilas tamaño AA (incluidas)
Consumo de energía Máximo de 60 mA
Corriente de medición 50 kHz, 500 µA

Specificações
BC-585F
Capacidade de peso 150kg
Graduação do peso 0,1 kg
Graduação da gordura corporal 0,1 %
Dados pessoais 4 memórias
Fonte de energia 4 pilhas AA (incluídas)
Consumo de energia 60 mA no máximo
Corrente de medição 50 kHz, 500 µA

Federal Communications Commission and Canadian ICES Notice
This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules and Canadian ICES-003. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio or television technician for help.

Modifications
The FCC requires the user to be notified that any changes or modifications to this device that are not expressly approved by Tanita Corporation may void the user's authority to operate the equipment.

After sales service
Please contact TANITA for any inquiry regarding operation or trouble, request for repair and/or placement of an order for parts or products. Call 1-847-640-9241 (USA and Canada only).

Avis de la Commission Fédérale des communications des États-Unis (FCC) et de l'Institut canadien ICES
Ce matériel a été vérifié et jugé conforme aux limites prévues pour un appareil numérique de classe B, selon la partie 15 des Règles de la FCC et le règlementation canadienne ICES-003.

Ces limites visent à assurer une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans les résidences. Cet appareil produit, utilise et peut émettre des fréquences radio et, s'il n'est installé et utilisé conformément aux instructions, il risque de nuire aux communications radio. Il n'est toutefois pas garanti qu'il n'y aura aucune interférence dans une installation donnée. Si cet appareil nuit à la réception de la radio ou de la télévision, ce que l'on peut déterminer en mettant l'appareil hors tension que si l'on réussit à limiter ou éliminer la situation en prenant une ou plusieurs des mesures suivantes :

- Reorienter ou déplacer l'antenne réceptrice.
- Augmenter la distance entre l'appareil et le récepteur.
- Brancher l'appareil dans une prise reliée à un circuit différent de celui auquel le récepteur est branché.
- Consulter le commissionnaire ou un technicien spécialisé en radio et télévision.

Modifications
La FCC exige que l'utilisateur soit avisé du fait que toute modification apportée à l'appareil sans l'approbation de Tanita Corporation risque d'entraîner l'annulation du droit de l'utilisateur à se servir de l'appareil.

Service après-vente
Veuillez communiquer avec le bureau TANITA le plus proche de votre domicile si vous souhaitez obtenir des renseignements sur son fonctionnement ou sur la façon de résoudre certains problèmes, ou encore pour obtenir des réparations ou commander des pièces ou des produits. Appelez le 1-847-640-9241 (États-Unis et Canada seulement).

De la Comisión Federal de Comunicaciones (FCC) de EE.UU. y de la ICES de Canadá

Se ha hecho pruebas de este equipo, y se ha encontrado que cumple con los límites para un dispositivo digital de Clase B, de acuerdo con la Parte 15 de las reglas de la FCC y de la ICES-003 canadiense. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias dañinas en una instalación residencial. Este equipo genera, usa y puede emitir energía de radiofrecuencia y, si no está instalado y se usa de acuerdo con las instrucciones, puede causar interferencias dañinas a las comunicaciones de radio. Sin embargo, no hay garantía de que no ocurra interferencia en una instalación en particular. Si este equipo causa interferencia dañina a la recepción de radio o de televisión, que se puede determinar al apagar y prender el equipo, entonces se sugiere al usuario que trate de corregir la interferencia mediante una o más de las medidas siguientes:

- Reorientar o reubicar la antena de recepción.
- Aumentar la separación entre el equipo y el receptor.
- Conectar el equipo a un tomacorriente en un circuito distinto a aquel al cual está conectado el receptor.
- Consultar con el vendedor o con un técnico con experiencia en radio o televisión, para que le proporcione ayuda.

Modificaciones
La FCC requiere que se notifique al usuario que cualquier cambio o modificación que se efectúe a este dispositivo, que no sea aprobado expresamente por Tanita Corporation, podría anular la autoridad del usuario para operar este equipo.

Servicio Post-Venta
Para cualquier consulta respecto a modo de empleo, en caso de problemas, solicitud de reparación o pedidos de productos o recambios, póngase en contacto con TANITA. Llame al 1-847-640-9241 (solamente EE.UU. o Canadá).

Nota do Comissão Federal de Comunicações e da ICES Canadense

Este equipamento foi testado e foi comprovado que cumpre as limitações exigidas aos aparelhos digitais da classe B, de acordo com a Parte 15 das Regras da FCC e da ICES-003 Canadense. Estes limites são determinados para fornecer proteção razoável contra interferências prejudiciais em instalações residenciais. Este equipamento gera, usa e pode emitir energia em frequência de rádio, e se não for instalado e utilizado de acordo com as instruções, pode causar interferências prejudiciais às comunicações por rádio. Entretanto, não há garantia de que não haverá interferências prejudiciais em uma particular instalação. Se este equipamento causar interferência prejudicial à recepção de rádio ou televisão, o que pode ser determinado desligando e ligando o equipamento, recomenda-se que o usuário tente eliminar essa interferência através de uma ou mais das seguintes medidas:

- Reorientar ou reposicionar a antena receptora.
- Aumentar a distância entre o aparelho e o receptor.
- Conectar o equipamento a uma tomada num circuito diferente do circuito ao qual o receptor está conectado.
- Consultar o revendedor ou um técnico experiente de rádio ou televisão para obter ajuda.

Modificações
A FCC exige que o usuário seja notificado de que caso seja feita qualquer mudança ou modificação neste aparelho que não seja expressamente aprovada pela Tanita Corporation, o usuário pode perder o seu direito de operar o equipamento.

Serviço de manutenção
Caso tiver alguma pergunta sobre a operação ou problema, pedido de reparo e/ou encomenda de peças ou produtos, favor entrar em contato com a TANITA. Ligue a 1-847-640-9241. (Somente nos Estados Unidos e Canadá)

EP 0 545 014
U.S.Patent No. 5,415,176
U.S.Patent No. 6,473,641
U.S.Patent No. 6,477,409
U.S.Patent No. 6,480,736
U.S.Patent No. 6,487,445
U.S.Patent No. 6,532,385
U.S.Reissue Patent No. 37,954
Other patents pending

Representative
Tanita Europe B.V.
Holland Office Centre, Kruisweg 813-A
2132NG Hoofddorp, the Netherlands
Tel : +31(0)23-5540188
Fax : +31(0)23-5579065
www.tanita.eu

Tanita Corporation of America Inc.
2625 South Clearbrook Drive
Arlington Heights, IL 60005 USA.
Tel : +1-847-640-9241
Fax : +1-847-640-9261
www.tanita.com

Business Location in UK
The Barn, Philpots Close, Yiewsley,
Middlesex, UB7 7RY,
United Kingdom
Tel : +44(0)1895-438577
Fax : +44(0)1895-438511

Tanita Health Equipment H.K. Ltd.
Unit 301-303 3/F Wing On Plaza,
62 Mody Road, Tsimshatsui East,
Kowloon, Hong Kong
Tel : +852-2838-7111
Fax : +852-2838-8667

TANITA India Private Limited
Level 8, Vibgyor Towers G Block,
C-62 Bandra Kurla Complex,
Mumbai 400 051 INDIA
Tel : +91 22 40907174
Fax : +91 22 40907070

Manufacturer
Tanita Corporation
1-14-2, Maeno-Cho, Itabashi-ku,
Tokyo, Japan 174-8630
Tel : +81(0)-3-3968-2123
Fax : +81(0)-3-3967-3766
www.tanita.co.jp
ISO 9001 Certified